ગાંધીનગર સમાચાર

સુપ્રભાતમ્

સુરેશ પ્રા. ભટ્ટ
079-23226251

સલામી સવારની..

(રજત જયંતી વર્ષ)

ઉદ્ધવ પણ હવે ભાજી છોડી, ખંડણી ખાય છે,
બાલા સાહેબ જેવા પવિત્રની ભાંડણી થાય છે!
થાય છે સંડોવણી, મોઢે બાંધ્યું છે મૌનનું માસ્ક -
બોલવાથી બગડે સંબંધ ને છટણી થાય છે!

હાઈકુ

ગળે સત્તાનું
અટક્યું છછુંદર -
મુંઝાય 'સાપ'
(ઉદ્ધવજીના હવાતિયાં)

વાજેથી વાજ!
મુંબઈ પોલીસ ભાલે -
લાગ્યું કલંક!
(બદવામી નો બટ્ટો)

ચિંતન

તરસેણ મગ્ગો ગુરુ - વિદ્ધસેવા વિવજ્જણા બાલજણરસ દૂરા ।
સજઝાય એગંત નિસેવણા ય સુત્તત્પસચિંતણતયા ધિતી ય ॥

ઉપરોક્ત શ્લોક ઉત્તરાધ્યયન સૂત્રમાંથી લેવામાં આવેલ છે.

ગુરુ અને વૃદ્ધોની સેવા કરવી, અજ્ઞાની જીવોના સંગથી દૂર રહેવું, સ્વાધ્યાય કરવો, સૂત્રાર્થનું સારી રીતે ચિંતન કરવું, એકાંતમાં રહેવું એન ધૈર્ય ધારણ કરવું એ મોક્ષપ્રાપ્તિનો માર્ગ છે.

ભગવાન મહાવીરે નીડરતા અને દઢતાથી પોતાના વિચારો સ્પષ્ટ કર્યા. ઊંચનીચની કલ્પનામાં સુમૂળી ક્રાંતિ કરી. આત્મતત્વની દષ્ટિએ બધા સરખા છે. બ્રાહ્મણ કે શુદ્ર, સ્ત્રી કે પુરુષ, યુવાન કે વૃદ્ધ, રાય કે રંક જે કોઈ પુરુષાર્થ કરે તે મોક્ષના અધિકારી છે.

મહાવીર જાતિ અને વર્ણના મહત્ત્વને દૂર કરી ચારિત્ર્યની મહત્તા સ્થાપી. કર્મથી બ્રાહ્મણ થવાય, કર્મથી ક્ષત્રિય, વૈશ્ય થવાય અને કર્મથી શુદ્ર થવાય. એમણે શુદ્રોને ગુલામીના અંધકારમાંથી બહાર કાઢ્યા અને પશુતામાંથી પ્રભુતા આપી. એમણે એક મહાન સામાજિક ક્રાંતિ કરી. સમગ્ર પરિસ્થિતિમાં પરિવર્તન આણ્યું. આત્માના ઊંડાણમાંથી ઊગેલા આ સત્ય વિચારે સમાજમાં સ્થાયી રુપ લીધું.

સુવિચાર

- ઈતના આસાન નહીં ખુદા કી ઈબાદત કરના,
  દિલ સે ગુરુર જાયેગા તભી તો નૂર આયેગા - **ફિરાક મહંમદ**
- ક્રોધ સમુદ્ર જેવો બહેનો અને અગ્નિ જેવો ઉતાવળિયો છે - **એસ. ભટ્ટાચાર્ય**
- અભિમાન જયારે નમ્રતાનો ડોળ ધારણ કરે છે ત્યારે વધારે તિરસ્કારયુક્ત બની રહે છે - **બોધિવૃક્ષ**
- ઘણા માણસોની મહત્તાનું કારણ તેઓનાં જીવનમાં આવેલી પ્રચંડ મુશ્કેલીઓ હોય છે - **ડો. વીજળીવાળા**
- વિરોધ, દબાણ અને અભાવમાં પણ કર્તવ્યપથની ચલિત ન થાય,
  તે સાચા અર્થમાં મનુષ્ય છે - **ફુલછાબ**
- સંપત્તિની સાથે સાથે સદ્બુદ્ધિ અને સદ્ભાવના પણ વધતી રહે ત્યારે જ તે ઉપયોગી બને છે - **કાંતિ ભટ્ટ**
- આજનું ઔષધ : જાંબુના કુમળા પાનને વાટી પાણીમાં મિક્સ કરી કોગળા કરવાથી મુખમાંના ચાંદા મટે છે

(સંકલન : દીપક વી. આશરા)

બોધકથા

બગદાદના રાજાને એમના વજીરે ખબર આપ્યા કે નગરના પાદરે સૂફી સંત ફલીજ પધાર્યા છે. રાજાએ કહ્યું, 'આવતીકાલે સવારે જ આપણે સંતને મળવા જઈશું.' રાજા, વજીર અને કાફલો સંત ફલીજનાં જ્ઞાનનો લાભ લેવા પાદરે પહોંચ્યો. સંત ફલીજની ટુટી ફુટી ઝૂંપડી જોઈ રાજા-વજીર ને આશ્ચર્ય થયું. સંતે ભાવપૂર્વક રાજાનું સ્વાગત કર્યું. રાજા અને સંત ફલીજ સાથે જ્ઞાન ચર્ચામાં બપોર પડી ગઈ. સત્સંગ દરમિયાન રાજાના મનમાં અનેક શંકાઓનું સમાધાન પણ થઈ ગયું. તેઓ સંતના જ્ઞાનથી અત્યંત પ્રભાવિત થયા.

વિદાય લેતા રાજાના આદેશથી વજીરે એક હજાર દીનારની થેલી સંતના પવિત્ર કદમોમાં પ્રેમપૂર્વક અર્પણ કરી. આ થેલી પાછી આપતાં નિઃસ્પૃહ સંત ફલીજે હસતાં હસતાં કહ્યું, 'જહાંપનાહ, મેં આપને જન્નત સુધી જવાનો સરિયામ રાહ બતાવ્યો. એના બદલામાં આપ અને મને જહન્નમના રાહ પર શા માટે ધકેલી રહ્યા છો?'

સંત ફલીજની ટકોર સાંભળીને રાજા શરમિંદા બની ગયા. એમણે વજીરને દીનારની થેલી પાછી લઈ લેવાનો સંકેત કર્યો.

અહિંસાપ્રધાન સંસ્કાર ગુજરાતને મોખરે રાખે છે

તંત્રીસ્થાનેથી...

ગુજરાત દેશના અન્ય પ્રદેશો કરતાં ખાનપાનમાં જુદું પડે છે. અહીં મોટા ભાગના લોકો શાકાહારી છે. સૌથી લાંબો દરિયા કિનારો હોવા છતાં ગુજરાતી પ્રજા મત્સ્યાહાર પણ ઓછો કરે છે, જયારે બંગાળમાં જે ઘર પાસે મત્સ્યઉછેર માટેની તલાવડી - 'પોખર' ન હોય એના દીકરા કુંવારા રહી જાય છે. ગુજરાતના દરિયા કિનારેથી પકડાયેલી માછલી આખા દેશમાં પહોંચાડાય છે. ટનબંધ માંસ અને જીવતાં પ્રાણીઓ ખાડીના દેશોમાં પહોંચે છે. પણ ગુજરાતી પ્રજા એના સંસ્કારોમાં જીવદયા વણાઈ ગયેલ હોઈ માંસાહાર પસંદ કરતી નથી, બલકે માંસાહાર કરનાર પણ અહીં ભોંઠપ અનુભવે છે . આની પાછળ સૌથી મોટું ઐતિહાસિક કારણ છે જૈન ધર્મનો પ્રભાવ. ગુજરાતના ઈતિહાસના સુવર્ણકાળ તરીકે ઓળખાતા સોલંકી યુગમાં મહાન જૈન મુનિ આચાર્ય હેમચંદ્રે સિદ્ધરાજ જયસિંહના વારસદાર કુમારપાળને જૈન ધર્મ અપનાવવા આદેશ કર્યો હતો. કુમારપાળે ગુરુ આજ્ઞા માથે ચડાવી હતી અને જૈનધર્મને રાજધર્મનો દરજ્જો આપ્યો હતો. રાજયમાં જીવહિંસા સદંતર બંધ કરાવી હતી. આ સંસ્કારો એક હજાર વર્ષ સુધી પણ આંશિક રીતે ટક્યા છે. ગુજરાતને જૈન મહાજનો હરહંમેશ પોષતા રહ્યા છે. શાંતિદાસ શેઠની પહોંચ દિલ્હી દરબાર સુધી હતી. અકબરને પણ શાકાહારી બનાવનાર આ શ્રેષ્ઠીની વંશ પરંપરામાં જ આપણને કસ્તુરભાઈ લાલભાઈ જેવા મહાજનો મળ્યા. ઠેર ઠેર ગૌશાળાઓ અને પાંજરાપોળોથી લઈ અન્નક્ષેત્રો ચલાવતા જૈન શ્રેષ્ઠીઓએ કુદરતી આફતો ટાણે પળનોય વિલંબ કર્યા વિના રાહત કેમ્પ શરૂ કર્યા છે. જીવદયાના એમના સંસ્કારોને કારણે કતલખાને ઢસડાઈ જતા મૂંગા જીવો બચતા રહ્યા છે. તાજેતરમાં જૈન શ્રેષ્ઠીઓએ ગુજરાતના 'જૈન' મુખ્યમંત્રી શ્રી વિજયભાઈ રુપાણીની રજતતુલાનો કાર્યક્રમ સંપન્ન કર્યો. રાજયના સમસ્ત જૈન મહાજન દ્વારા કોરોનાકાળમાં જૈન મુખ્યમંત્રીની થયેલી રજત તુલા સવિશેષ નોંધપાત્ર બની રહે છે. ૮૫ કિલોગ્રામ ચાંદીથી તોલાયેલા મુખ્યમંત્રીએ એમના ગળથૂથીના સંસ્કારો મુજબ આ ચાંદીની હરાજી કરાવી જે રકમ મળે તે જીવદયાના પુનિત કાર્યમાં વાપરવાનું સૂચન કર્યું છે. રાજયની પાંજરાપોળોને આત્મનિર્ભર બનાવવા આ વર્ષમાં બજેટમાં સરકારે ૧૦૦ કરોડ જેવી માતબર રકમ ફાળવી છે. 'કરુણા અભિયાન' એ આ જૈન મુખ્યમંત્રીના સંવેદનશીલ હૃદયમાંથી ફૂટેલું ઝરણું છે. સાડા ત્રણસો જેટલા ફરતા પશુ દવાખાનાં અને કચ્છના બન્ની પ્રદેશમાં ઘાસ ઉગાડવા જેવા મોટા પ્રોજેક્ટ હાથ ધરીને આ સરકારે અન્ય રાજયોની સરખામણીએ નવો જ ચીલો ચાતર્યો છે. 'જીવ જીવનો આહાર' વાળા કુદરતી નિયમ સામે જૈન ધર્મે 'જીવો અને જીવવા દો' જેવા કરુણાસભર સંદેશ આપ્યો છે. અન્ય કોઈ ધર્મ અહિંસાને આટલી સૂક્ષ્મતાથી પાતળો કે પળાવતો નથી. સ્વામિનારાયણ સંપ્રદાયની 'શિક્ષાપત્રી' અલબત્ત, માંકણ કે મચ્છરને પણ નહીં મારવાનો ઉપદેશ જરૂર આપે છે પરંતુ ખેતપેદાશોને નુકશાન કરતી જીવાત સામે ખેડૂતોને પેસ્ટીસાઈડ્સ વાપરવાની ફરજ પડે છે. વળી અસંખ્ય બેકટેરિયા અને વાઈરસ સામે ઝીંક ઝીલવા માનવીએ એન્ટિ બાયોટિક્સ અને એન્ટિ વાઈરલ દવાઓ વિકસાવી છે. યુદ્ધમાં દુશ્મન સેના સામે હિંસક પ્રતિક્રિયા અનિવાર્ય બની જતી હોય છે. હિંદુ ધર્મ પણ ફક્ત ગૌવંશની હત્યાનો જ વિરોધ કરે છે. આવી પરિસ્થિતિમાં જૈન ધર્મ જીવ માત્રના જીવવાના અધિકારનું સમર્થન કરે છે તે ભારતીય સંસ્કૃતિની શિરમોર વિચારધારા છે. મુખ્યમંત્રીને કરુણા અભિયાન બદલ અભિનંદન! જૈન મહાજન એનાથી શક્ય એટલા અહિંસાના પ્રયોગો કરે, એવી આશા રાખીએ. 'અહિંસા પરમો ધર્મ: ॥'

નાસ્તિકને મન ઈશ્વર શૂન્ય છે, આસ્તિકને મન ઈશ્વર પૂર્ણવિરામ છે

લાગણીનો મેળો

રસિક વાળંદ

માણસ નામે નબળું પ્રાણી,
એની ઊંઘ એણે ઘણી વહાલી!
તમે અચાનક એને ઢંઢોળો તો
ક્રોધથી ગાંડોતૂર થઈ
ક્રોસ ઉપર તમને લટકાવે નહીં તો શું કરે?
અથવા
હાથમાં જો બંદૂક આવે તો શું તમને જતા કરે?
તમે તો સર્વજ્ઞાની -
આટલું પણ ન જાણ્યું કે
કાચી ઊંઘમાંથી કોઈનેય જગાડાય નહીં?

- વિપિન પરીખ

પરમ પૂજ્ય પાંડુરંગ શાસ્ત્રી આઠવલેજી (પૂ. દાદા) એ 'અવતાર મીસાંસા' સંદર્ભે આપેલું એક રોચક દષ્ટાંત યાદ આવે છે; 'ધારો કે એક ગાડું ચાલે છે અને ગાડાવાળો ઉપર બેઠો છે. પૈડાની ધરીમાં તેલ ઓછું છે એટલે પૈડું અવાજ કરવા લાગે. ગાડાવાળો એ અવાજ સાંભળે એટલે નીચે ઊતરે અને તેમાં તેલ પૂરે. આ રીતે સૃષ્ટિનું ચક્ર પણ ફરતું રહ્યું છે અને ફરતા ફરતાં ઘરર, ઘરર એવો અવાજ થાય છે. પૈડું ફરે છે પણ તેમાં એકરાગીપણું નથી, સ્નેહ નિર્માણ થવો જોઈએ, એ થતો નથી. સ્નેહ ચાલ્યો ગયો છે. ઘરે ઘર ઝઘડા છે. ઘરે ઘર કટકટ અવાજ થયા કરે છે; તેથી આ સૃષ્ટિનું ગાડું ચલાવનાર પ્રભુ નીચે ઊતરે છે, પૈડામાં તેલ પૂરે છે અને પાછા ઉપર બેસે છે. પૈડાનો ઘરર્ ઘરર્ અવાજ અટકી જાય અને સરળતાથી સૃષ્ટિનું ચક્ર પાછું ચાલવા લાગે છે.'

દોસ્તો, ભારતીય સંસ્કૃતિ સિવાય બીજા ધર્મોમાં એવી સ્પષ્ટ કલ્પના છે કે એક અતીન્દ્રિય શક્તિ અસ્તિત્વ ધરાવે છે, કામ કરે છે, માણસોને મદદ કરે છે અને તે દરેક ધર્મમાં જુદા જુદા રુપે દેખાય છે. પણ તેમનામાં અવતારની કલ્પના નથી. દલાઈ લામા, ઈમામ કે ઈસુ બધા ઈશ્વરી ચૈતન્ય છે, ઈશ્વર પ્રેષિત છે; પણ તેમનામાં અવતારની સ્પષ્ટ કલ્પના નથી.

●●●

ગુડ ફ્રાઈડે....

એક એવો દિવસ જયારે ઈસુએ ધરતી પર વધી રહેલાં પાપ માટે બલિદાન આપીને નિઃસ્વાર્થ પ્રેમની પરકાષ્ઠાનું જ્વલંત ઉદાહરણ પુરું પાડયું છે. ખ્રિસ્તી સમુદાય ગુડફ્રાઈડેને હોલી ફ્રાઈડે કે ગ્રેટ ફ્રાઈડે તરીકે ઓળખે છે.

ઈસુ - હિબ્રુ શબ્દ છે. જેનો ગ્રીક તરજુમો છે, 'માણસોને તારનાર' બાઈબલના સંદર્ભે ઈસુ એટલે ઈશ્વરની અભિવ્યક્તિ. ખ્રિસ્તી એટલે જે ઈસુના વચનમાં શ્રદ્ધા રાખે તે.

એક ખ્રિસ્તીભાઈઓ સાથે ચર્ચાસંવાદ થયો, તેમણે જણાવ્યું કે પ્રભુ એ યોહાનના દીકરાને કહ્યું કે - 'મને અનુસરો.' મેં પણ ઉમળકાભેર વાતનું સંધાન કરતાં કહ્યું, ગીતામાં આજ વાત ભગવાન યોગેશ્વરે અર્જુનને કહી છે કે, 'માનનુસ્મર' અર્થાત 'મને અનુસર.'

આમ તો સ્વભાવગત ટેવ મુજબ કોઈ પણ મંદિર આવે એટલે પસાર થતાં માથું નમાવું છું. એકવાર એક સહયાત્રી રસ્તામાં આવતાં પ્રત્યેક દેવસ્થાન - મંદિર, મસ્જિદ કે ચર્ચ આગળ માથું નમાવતા. આ અંગે પૃચ્છા કરતાં એ મહાશયે કહ્યું કે, 'તમે મસ્જિદ કે ચર્ચ-ગમે તે દેવસ્થાન આગળ માથું નમાવીને મનમાં જય શ્રીકૃષ્ણ બોલશો તોય પહોંચી જશે.' આ શબ્દોએ મને વિચારતો કરી મૂક્યો.

મિત્રો, હું માણસાઈ નામના ધર્મમાં માનું છું. કોઈ એક ધર્મ-સંપ્રદાયની વાડાબંધીમાં પૂરાઈ રહેલો કૂપમંડૂપ બની રહેવા માગતો નથી. હું તો એ દિવસની કલ્પના કરું છું કે જયારે જનોઈધારી ખ્રિસ્તી મસ્જિદમાં હશે, પઠાણી કૂર્તામાં સજ્જ હિન્દુ ચર્ચની પ્રાર્થનાસભામાં ઊભો હશે અને ગળામાં ક્રોસ લટકાવેલ મુસ્લિમ બિરાદર મંદિરની આરતીમાં તલ્લીન થશે ત્યારે ઈશ્વર કે અલ્લાહ રાજી રાજી થશે !!

આપણાં રુગ્ણાલયોમાં કરુણામયી શ્વેતવસ્ત્રોમાં દીપતી નર્સોમાં નરી ઈસુતા પ્રગટતી હું નીરખું છું... આમેય નર્સ Nurse શબ્દનો મતલબ જ સમર્પણ છે. માથે કાંટાળો તાજ અને ખીલા જડેલ વધસ્તંભ પરથી ઈસુની તસ્વીર સૌ કોઈએ જોઈ હશે... હમણાં આવી એક તસ્વીર નીચે એક યાદગાર વાકય લખેલું વાંચ્યું, 'મુક્તિ તમને મફતમાં મળી છે કારણ કે ઈસુએ તેની કિંમત ચૂકવી છે.'

મિત્રો, ઈતિહાસ સાક્ષી છે કે સમય કરતાં આગળ અને સમાજ કરતાં અલગ હોવાની સજા દરેક મહાપુરુષોએ ભોગવી જ છે. નવી દિશામાં આંગળી ચીંધવાની કિંમત દર વખતે લોહીથી ચૂકવવી પડે એ માનવજાત માટે શરમજનક જ નહીં - ધૃણાસ્પદ - નીંદનીય જ છે છતાં મહત્ત્વની વાત તો એ કે ક્રોસ કે બંદૂકની ગોળીનો પ્રતિભાવ ઈસુ કે ગાંધીએ એક સરખો જ આપેલો, અને તે છે સંપૂર્ણ ક્ષમા...!!

સ્પર્શમણિ :

ચર્ચમાં ખાલી હાથે જવાય પણ ખાલી હૃદયે ન જવાય.

- ગુણવંત શાહ

●●●

નાસ્તિકને મન ઈશ્વર શૂન્ય છે, આસ્તિકને મન ઈશ્વર પૂર્ણવિરામ છે.

- rasikvaland1965@gmail.com
Mo. 9913426949

આનંદ ચોક્કસ આવકાર્ય છે પરંતુ એમાં વિકૃતિનું મિશ્રણ અનિચ્છનીય છે

અબીલ-ગુલાલ

મમતા રાવલ

આશ્ચર્ય થાય એવા સમાચાર છે. ગુજરાતને બીજી એઈમ્સ હોસ્પીટલ મળી રહી છે. અને એ પણ ગાંધીનગર ને આનંદો... શહેરમાં અનેક નામાંકિત ઈન્સ્ટીટ્યુટમાં હવે વધુ ઊમેરો થશે. ગાંધીનગર દેશ-વિદેશની સુર્ખિયોમાં સ્થાન લઈ રહ્યું છે.

કેવા છે સમાચાર?
સુખદ? આશ્ચર્યજનક?
શંકા ઉપજાવે એવા?

જે પણ હોય પણ દુઃખદ નથી એ સુખદ ઘટના છે. ક્યારેક મૂર્ખ બનવું પણ સુખદ હોઇ શકે. તમે સાચું સમજયા તમારો અંદાજ સાચો છે. આજે ફર્સ્ટ એપ્રિલ છે. 'એપ્રિલ ફૂલ ડે' મસ્તી-મજાકનો દિવસ, ચોંકવા-ચોંકવવાનો દિવસ,કંઈક નોખા કારણ થી હસવાનો દિવસ.

આપણે નાના હતા ત્યારે આપણા દોસ્તો કે પરિવારજનો ક્યાંક સંતાઈને ત્યાંથી અચાનક 'હાઉ હ્વ કરે ત્યારે જે થતો અને હજુ પણ એવી પરિસ્થિતીમાં થાય છે એ ધ્રાસ્કા સાથે નો આનંદ પણ આનંદનો જ પ્રકાર છે.

એપ્રિલ ફુલ બનાવવામાં પણ આવા જ કંઈ શસ્ત્રોનો ઉપયોગ થાય છે. પછી ગવાય છે. 'એપ્રિલ ફૂલ... ડબ્બા ગુલ... ડબ્બામાં પાણી... તું મારી...' છેડછાડનો આનંદ આ વિનોદ નો મકસદ છે. આપણા કલ્ચરમાં હોળી-ધૂળેટીનો તહેવાર પણ છેડછાડ મિશ્રિત આનંદનો તહેવાર છે. આપણા દેશમાં કેટલાય રાજ્યોમાં રંગ ઉપરાંત પણ અનેક જુદી રીતે હોળીનો તહેવાર ઊજવાય છે. એપ્રિલ ફૂલ ડે પણ હોળીની આસપાસ જ આવે છે. આમ આ દિવસોમાં જુદા-જુદા કારણોથી વૈશ્વિક લેવલે આનંદોત્સવ ઉજવાય છે. નિર્દોષ હરકતોથી શરૂ થયેલો આનંદ કોઇક ને ઠેસ પહોંચાડનારો બને એવા દાખલા પણ જોવા મળે છે.

હાસ્ય કવિઓ અને સ્ટેન્ડ અપ કોમેડિયન્સ ને સાંભળવાની મને હંમેશા ઉત્સુકતા રહે છે. સાવ અજાણ્યા લોકોને, પૈસા લઈને હસાવવાનું બીડું ઝડપતા આ મહાનુભાવો સાચે દાદ માંગી લે છે. ત્યાં પણ મોટેભાગે પતિ-પત્ની, રાજકારણ કે ફિલ્મ સ્ટારનો માધ્યમ તરીકે ઉપયોગ થાય જ છે. હાસ્ય નિષ્પન્ન કરવા કોઇક ની બોલ-ચાલ, સ્ટાઈલ કે શબ્દોના દ્રિઅર્થી પ્રયોગનો સહારો લેવાય છે.

કોલેજમાં હતા ત્યારે ફીશપોન્ડની ગેઈમ રમાતી. જાહેરમાં બધા વિદ્યાર્થીઓ પરનું ફીશપોન્ડ વંચાતું ત્યારે દિલની ધડકન વધી જતી એ આજે પણ એટલું જ યાદ છે. બધાને એકબીજાની ઊડાવવાનું જાણે લાયસન્સ મળી જતું. કોઇક વ્યક્તિની નબળાઇ આવી મજાકનું કારણ બનતી ત્યારે એ વ્યક્તિને નાસીપાસ થતી જોઇ છે. આવું કોઇકનું હર્ટ થવું મન ને સારું લાગતું નહી. એટલે મજાક-મશ્કરીને નિર્દોષ સમજવું મન ને સહજ સ્વીકાર્ય ન રહ્યું. વિકૃત માનસો આવા મોકાનો લાભ ઊઠાવતા જોયા છે. જે તે વ્યક્તિ કે શિક્ષકોના નામ પાડી એમને થતી હેરાનગતિમાં આનંદ જેવું ક્યાંય વર્તાતું નહીં. આવામાં પણ સરસ-સલુણી મજાક કોઇકને રેશમી અહેસાસ આપી જતી. કદાચ એ પળો જે તે વ્યક્તિના જીવનની યાદગાર સોનેરી પળો બની રહેતી.

કોલેજો માં થતું રેગીંગ પણ વિકૃત આનંદનું ફરજંદ છે. વ્યક્તિને બીજાની અને પોતાની નજરમાં સાવ નિર્માલ્ય, વામણો, નિઃસહાય બતાવવાની કોશિશ અનેક ગુનેગારો અને રાક્ષસી વૃતિના માણસોને જન્મ આપે છે. રેગીંગ વિશે વધુ જાણકારી આપવાની જરૂર મને લાગતી નથી આપ સહુ એના વિશે જાણો જ છો. અને એ પણ ખ્યાલ હશે જ કે આ વકરેલા રોગને કાબૂમાં કરવા, અનેક જીવનોને ફના થતા બચાવવા સરકારને એના પર બેન લગાવવાની ફરજ પડી છે. પરપીડન વૃત્તિમાંથી પિશાચી આનંદ ઊઠાવતા લોકો પણ આ ધરતી પર વસે છે.

લગ્નોમાં ગવાતા ફટાણા પણ વ્યંગ-કટાક્ષથી ભરેલા આનંદનો પ્રકાર છે. યુથ ફેસ્ટીવલ્સમાં ગપ્પા સ્પર્ધાનું પણ આયોજન થાય છે. તહેવારોમાં સૌથી તોફાની અને મસ્તીવાળો તહેવાર હોળીનો છે. એની ઊજવણીમાં થતી તમામ મસ્તીને આ રંગોના તહેવારના અંગ તરીકે ખપાવી દેવાય છે. રંગને બદલે માટી-ગોબર-ઓઈલ જેવી ગંદી-નુકશાનકારક વસ્તુઓથી રમાતી હોળી નિર્દોષ આનંદના આ તહેવારને ગંદો અને હલકો બનાવે છે.

આનંદના આ તહેવારો, એપ્રિલ ફૂલ ડે અને હોળીના મૂળ સદીઓ પહેલાના ઇતિહાસમાં રોપાયેલા છે. એપ્રિલ ફૂલ ડે અંગે ઘણી થિયરીઝ પ્રચલિત છે. જેના પ્રમાણે ફ્રાન્સમાં ૧૫૬૪ થી આ વાતની શરૂઆત થઇ. રોમન ફેસ્ટીવલ હિલેરીય પણ આજ દિવસોમાં ઉજવાય છે જે રીલીજીયસ ફેસ્ટીવલ છે. સ્કોટલેન્ડમાં ટ્રેડીશનલી એને 'ગોક ડે' કહેવાય છે. ફ્રાન્ચમાં ઊજવાતી પાર્ટી' એપ્રિલ ફીશ' તરીકે ઓળખાય છે. બ્રાઝિલમાં એને 'લાય ડે ' કહેવાય છે.

દુનિયાના અલગ-અલગ દેશોમાં એ અલગ-અલગ રીતે ઊજવાય છે. રંગ અને છેડછાડના તહેવાર હોળીની શરૂઆત શ્રીકૃષ્ણના જીવન સાથે જોડાયેલી છે. મથુરા-વૃંદાવન અને દરેક કૃષ્ણધામો આ દિવસોમાં આનંદના હિલ્લોળે ચઢેલા જોવાય છે.

આનંદ ચોક્કસ આવકાર્ય છે. પરંતુ એમાં વિકૃતિનું મિશ્રણ અનઈચ્છનીય છે. અશોભનીય છે. સહી શકાય એવા કટાક્ષ, વ્યંગ, છેડછાડ કે અન્ય કોઈ પણ રીત વ્યાજબી છે. પરંતુ કોઈ વ્યક્તિને હલકી કક્ષાની કે નબળી દેખાડી ને થતી મજાક, રોગી માનસનું પ્રદર્શન છે. આજે આ ગીત ચોક્કસ યાદ આવે...

'એપ્રિલ ફૂલ બનાયા તો ઉનકો ગુસ્સા આયા...
મેરા ક્યા કુસૂર જમાને કો કુસૂર જિસને દસ્તૂર બનાયા.'

હસી-મજાક ભર્યા એપ્રિલ ફૂલ ડે ની શુભેચ્છા.

ગરમાળો અને આયુર્વેદ

પહેલું સુખ તે જાતે નર્યા

ડો. કેદાર ઉપાધ્યાય

ઉનાળો શરુ થઇ ગયો છે. ઉનાળા દરમિયાન ગરમાળો ખૂબ શોભાયમાન લાગે. તેના પીળા પુષ્પગુચ્છ ખૂબ સંદર લાગે. ગાંધીનગરમાં રોડની બંને બાજુએ ખૂબ ગરમાળા જોવા મળે છે. ક્યારેક ઉનાળાની બપોરે કોઈ કામસર નીકળવાનું થાય તો ગરમાળાની શોભા જોજો.. દિલખુશ થઇ જશે.

આજે આયુર્વેદ મુજબ ગરમાળાના વૈદ્યકીય ઉપયોગો વિષે જાણીએ. ગરમાળાને સંસ્કૃતમાં 'આરગ્વધલ્ર કહે છે. આરગ્વધ એટલે 'જે રોગને મટાડે છે તે..લ્ર આ ઉપરાંત સંસ્કૃતમાં ગરમાળાના બીજા નામો પણ છે જેમકે શમ્પાક(જે કલ્યાણકર્તા ફળ આપે છે તે), કૃતમાલ (જે સુંદર પુષ્પોની માળા ધારણ કરે છે તે), ચતુરંગુલ (જેના પર્વોનું પ્રમાણ ચાર અંગુલ છે તે), સ્વર્ણભૂષણ (જે સ્વર્ણ સમાન પુષ્પોના ભૂષણ ધારણ કરે છે તે).

ગરમાળાનું લેટીન નામ 'કેસિયા ફિસ્ચુલાલ્ર છે. તેને 'પર્ગીંગ કેસિયાલ્ર પણ કહે છે.

ગરમાળાનો સ્વાદ મધુર અને થોડો કડવો હોય છે. તેની પ્રકૃતિ ઠંડી છે. ગરમાળો પિત્તનું શમન કરનારો છે. મહર્ષિ ચરકે ગરમાળા વિષે કહ્યું છે કે "ગરમાળો મૃદુ વિરેચન કરવામાં શ્રેષ્ઠ છે" મૃદુ વિરેચન એટલે બહું ભારે ન પડે તેવું, મૃદુતાપૂર્વકનું વિરેચન (પેટ સાફ લાવે) તે. આયુર્વેદમાં એવા ઔષધો છે કે જે તીવ્ર વિરેચનીય છે. જેનાથી પેટમાં ચૂંક પણ આવે અને વિરેચનના ઘણાંબધા વેગ આવે. તેની સાપેક્ષે ગરમાળો બહું મૃદુ છે. બાળકો, વૃધ્ધો, ક્ષીણ થયેલ રોગીઓ આદિને વિરેચનાર્થે ગરમાળો ખૂબ હિતકર છે.

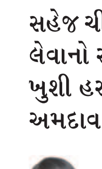
વિરેચન માટે ગરમાળાનો ગોળ અપાય છે. ગરમાળાની લાંબી શીગો થાય છે. તેને ખોલતા તેમા ગોળ પૈસા આકારની પતરીઓ હોય છે. આ પતરીઓ પર ગોળ જેવો પદાર્થ ચોંટેલો હોય છે. આને જ ગરમાળાનો ગોળ કહે છે. ટુંકમાં, ગરમાળાનો ગોળ એ ગરમાળાની ફલમજ્જા છે. આયુર્વેદ પ્રમાણે દરેક રોગ પાચનતંત્રની નબળાઇથી થાય છે. આવા સમયે ગરમાળાના ગોળનું નિયમીત સેવન કરવામાં આવે તો પેટ સાફ રહે છે અને સ્વાસ્થ્ય જળવાઈ રહે છે. તાવ-ઈન્ફેકશન આદિમાં પેઈનકીલર જેવી દવાઓ ખાવાથી ઘણાં લોકોને કબજીયાત થઈ જતી હોય છે. આવા વખતે પણ ગરમાળાની ફલમજ્જાનું યોગ્ય ડોઝનું સેવન હિતકર છે. આ ઉપરાંત વા-દુખાવા, શરીરની નબળાઈ, મરડો, અપાચન, સોજા, ચામડી પરની ખંજવાળ આદિ જેવા રોગોમાં પણ ગરમાળાના ગોળનાં નિયમીત સેવનથી લાભ થાય છે.

મો. ૯૮૭૯૪૭૧૧૪૭

એક માનવમાં કેટલા માનવ

લવ યુ જિંદગી

નિયતી કાપડીયા



આપણને લાગે કે ફલાણી વ્યક્તિ સાવ બદલાઈ ગઈ છે. એ જેવી પહેલાં હતી એવી હવે નથી રહી. હકીકતે વ્યક્તિ નથી બદલાતી એનો સ્વભાવ બદલાય છે. એનું તમારા પ્રત્યેનું વલણ બદલાય છે. ફરીથી તે કદાચ પહેલાં હતી તેવી ન પણ થઈ શકે ત્યારે તે બદલાયેલી વ્યક્તિ સાથે તમારેય બદલાવું પડે છે.

ખુશી આજે ઘર છોડીને એના પ્રેમી સચિન સાથે ભાગી રહી હતી. એ લોકો આબુ જઈ રહ્યાં હતા. રસ્તામાં ચાપાણી કરવા બસ રોકાઈ હતી ત્યાં અંબાજીનો ગઢ જોઈ ખુશીને કંઈક યાદ આવ્યું. વરસો પહેલાં એ એના પપ્પા સાથે પાવાગઢ ગયેલી. દુકાનમાં એક ઢીંગલી જોઈ એ ઉભી રહી ગયેલી, ત્યારે પપ્પાએ પૂછ્યું હતું, "ગમે છે?"

"ગમે તો છે પણ મોંઘી હશે ને." ખુશીની વાત સાંભળી એના પિતાને ખુશી થઈ કે દીકરી સમજદાર છે. એમણે કહ્યું કે, "ઢીંગલી લેતા ગબ્બર પગે ચાલીને ચઢવો પડશે. રોપવેના રૂપિયા બચાવી એમાંથી ઢીંગલી ખરીદી શકાય."

ખુશીએ ખુશ થઈ ગબ્બર ચઢવાની હા કહી હતી. એ સુંદર ઢીંગલીને હાથમાં લઈ બાપ-દીકરી પહાડ ચઢેલા. ખુશી ભાગીને આગળ નીકળી જતી અને થોડીવાર ઊભી રહી થાક ખાતી પિતાની રાહ જોતી. એના પિતા ધીમેથી એક એક પગથિયું ચઢતા ઉપર આવી રહ્યા હતા. બંને એકબીજા સામે જોઈ મલકાઈ લેતા.

પહાડની ટોચ ઉપર પહોંચતા બાપ દીકરી બંને થાકીને લોથ ગયેલા. એના પપ્પાએ કહ્યું કે, "ચઢવાનું અઘરું હોય, ઉતરવામાં તકલીફ નહિ પડે." ત્યારે ખુશીએ કહેલું, "હવે તમારી પાસે રૂપિયા નથી બચ્યા હેં ને? પગ દુઃખે છે પણ ચાલી લઈશ." એના પિતા હસી પડેલા અને વળતા બંને જણા રોપવેમાં નીચે આવેલા.

ખુશીને અત્યારે સમજાયું એ દિવસે એના પપ્પાએ ઉપવાસ છે કહી હોટેલમાં જમ્યા ન હતા, એ ઉપવાસ ન હતો પણ દીકરીને ચાલતા પહાડ ના ઉતરવો પડે એટલે એમણે ભૂખ્યા રહી એટલા રૂપિયા બચાવ્યા હતા. એને યાદ આવ્યું, એના પપ્પાને તો હંમેશા ઘૂંટણનો દુખાવો રહેતો, આર્થરાઈટિસ હતું તો તે દિવસે એ પહાડ કેમના ચઢેલા? દીકરીની આંખમાં આંસુ આવી ગયા. એ બાજુમાં ઊભેલા સચિનને જોઈ રહી.

જેટલો એને સચિન ગમે છે એનાથી દસ ટકાય એના પપ્પાને એ કેમ નથી ગમતો? આજ સુધી કોઈ વાતે ના ન કહેનાર પપ્પા આજે સચિન સાથે લગ્ન કરવાની કેમ સખતાઈથી ના કહી રહ્યા છે? ખુશી પ્રેમી માટે પિતાને છોડી ચુકી હતી પણ હજી પિતાએ એને છોડી ન હતી. અંબાજીથી આગળ જવા બસ તૈયાર હતી. સચિને ખુશીને બસમાં બેસી જવા કહ્યું અને ખુશી અચાનક વિચારમાં પડી ગયેલી.

"શું વિચારે છે ખુશી? તું ઘર છોડીને ભાગી ચુકી છું, જૂની બધી વાતો ભૂલી જા અને નવા જીવનની શરૂઆત કર." સચિને આગળ વધી ખુશીનાં ગાલે હાથ ફેરવ્યો અને ખુશી ચોંકી ઉઠી. એ હાથમાં પપ્પાના હાથ જેવી હૂંફ ન હતી.

ખુશીએ ટોયલેટ જવાના બહાને દૂર જઈ એના પપ્પાને ફોન જોડ્યો. "પપ્પા હું ઘરેથી ભાગી ગઈ છું, સચિન સાથે. મારું મન નથી માની રહ્યું, હું શું કરું?"

એના પપ્પાએ ઊંડો શ્વાસ લીધો એને કહ્યું, "અમદાવાદ આવતી બસ શોધ અને ચઢી જા, ઘરે આવવાનું છે એમાં શું વિચારવાનું."

એકાએક ખુશીનું મન હળવું થઈ ગયું. મનનો બધો બોજ ઉતરી ગયો. એણે સચિન પાસે જઈને કહ્યું, "જોને સામેની દુકાનમાં કેટલી મસ્ત ઢીંગલીઓ છે મને એક લઈ આપને." સચિને સહેજ ચીડ સાથે કહ્યું, "ગાંડી છું? આ કંઈ ઢીંગલી લેવાનો સમય છે. બસ ઉપડી જશે ચાલ જલદી." ખુશી હસી પડી અને બસમાં ચઢી ગઈ, અલબત્ત અમદાવાદ જતી બસમાં...

ખેર, ખુશીની સાથે જે થયું એમાં આમ જુઓ તો કોઈની ભૂલ નથી. દરેક જણ એમની રીતે, એમના સ્થાને સાચા છે. જે બાપ પોતે તકલીફ વેઠીને દીકરીને ખુશ રાખવા ઢીંગલી અપાવી શકે એજ બાપ તેને ગમે તેવા છોકરા સાથે પરણાવવા રાજી ન થઈ શકે. દીકરીની કઈ જીદ પૂરી કરવી અને ક્યાં ના કહેવું એ એક બાપ જ નક્કી કરી શકે. જે દીકરી પ્રેમી માટે બાપને છોડવા તૈયાર થાય એ ફરી પિતા પ્રત્યે લાગણી જાગતા પ્રેમીને છોડી શકે છે. પિતા અને પ્રેમી બંને તરફ લાગણીનું સંતુલન બનાવી રાખવું એટલું સરળ નથી. જે પ્રેમી પ્રેમિકાને લઈ ભાગી શકે, એ આગળ જતાં આખું જીવન પ્રેમી જ બની રહેશે એવું કહી ના શકાય. એને પત્ની જોઈએ છે, કોઈની પુત્રી નહિ!

એક જ પુરુષ ક્યારેક બાળક છે, ક્યારેક યુવાન પ્રેમી, ક્યારેક પતિ તો ક્યારેક પિતા અને એ દરેક વખતે એ જુદો છે. એના વિચાર અલગ છે. સમયની સાથે એ આખેઆખો બદલાય છે. સ્ત્રીઓનું પણ એવું જ છે, સમયનો માર એને પણ નવું વિચારતી કરી બદલી નાંખે છે. માણસ એના જીવનના કયા સમયગાળામાં કે કઈ પળે બેસ્ટ હતો એનો જવાબ તો ભવિષ્ય જ આપી શકે. આજે લીધેલા પગલાનું ભવિષ્યમાં શું પરિણામ આવશે એ વિચારી, ભૂતકાળમાંથી શીખ લઈ વર્તમાનમાં જીવવું એનું જ નામ જિંદગી...

અમસ્તું,

હર આદમી મેં હોતે હૈ દસ બીસ આદમી,
જિસકો ભી દેખના હો કંઈ બાર દેખના!

(- નિદા ફાઝલી)

@kapadianiyati